



► 5 Octubre, 2014



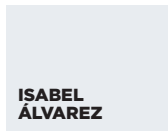
El nadador Richard Oribe (detrás, a la izquierda) junto a su compañero Iñaki Erauskin y un grupo de niños del club de natación Násica de Calahorra. :: I. ÁLVAREZ.

«Detrás de cada una de las medallas hay mucho entrenamiento, mucho trabajo»

Richard Oribe Nadador y medallista paralímpico

CALAHORRA

Oribe compartió su experiencia deportiva, que incluye seis citas olímpicas, con los chicos del club Násica



ISABEL ÁLVAREZ
✉ calahorra@larioja.com

CALAHORRA. La palabra felicidad es una constante en la vida del deportista vasco Richard Oribe (22 de febrero de 1974, San Sebastián). Y eso que él no lo ha tenido nada fácil. Una parálisis cerebral le obliga a luchar diariamente por superar barreras, límites... Pero ello no ha sido un impedimento para que Oribe sea en la actualidad uno de los de los nadadores con parálisis cerebral con mejor palmarés del mundo. El sacrificio, la entrega y la ilusión de los que hace alarde este deportista le han llevado a gozar de 8 oros, 6 platas y 2 bronce en seis Juegos Paralímpicos. El pasado viernes compartió con los chavales del club de na-

tación Násica de Calahorra el secreto de su éxito. La clave, la superación. Oribe estuvo acompañado por su compañero Iñaki Erauskin, campeón de España en 100, 200 y 400 metros libres, y su entrenador Javier de Aymerich

– ¿Cómo comenzó en la natación?
– Yo empecé a nadar como terapia por mi parálisis cerebral. Nací con ella y uno de los medios de estimulación precoz que existen para esta patología es el medio acuático. En el agua me siento muy a gusto. Con la natación descubrí que me encontraba mucho mejor dentro del agua que fuera. Me encuentro mejor en el agua por el equilibrio y otras muchas cosas.

– ¿Con qué estilo se siente más cómodo?

– Me gusta mucho nadar a crol porque me permite ir muy rápido, lo cual no significa que no me sienta cómodo en otros estilos como, por ejemplo, mariposa o brazas.

– ¿Qué le ha enseñado el deporte de la natación?

– Me ha enseñado muchísimas cosas, como la superación, el compañerismo... Pero, sobre todo, para una persona que padece parálisis cerebral es una excelente manera de integrarse en la sociedad.

– ¿Cuáles son los retos que tiene por delante el deporte adaptado?

– Hace unos pocos días se ha aprobado una ley dentro del Consejo Superior de Deportes, en la cual el deportista paralímpico va a tener el mismo tratamiento en cuanto a subvenciones y retribuciones que el deportista olímpico. Hasta el 2004 ha habido un trato diferente. En los Juegos Paralímpicos de Atenas estaba con mi entrenador y cuando se acercó el representante del Gobierno a darnos la enhorabuena por las medallas, él le dijo que muchas gracias pero que esas medallas las habíamos pagado nosotros. Mi entrenador le dijo que no teníamos ningún tipo de apoyo institucional y él no se lo creía. A partir del 2004 él se movió y se creó el Plan de Ayuda al Deporte Objetivo Paralímpico y ahora en el 2014 se ha aprobado esa igualdad. Si hay ayudas, apoyos y medios para poder entrenar, como entrenan los países que van por delante nuestro, podremos estar en la cresta de la ola.

– Su palmarés es increíble. Es en estos momentos el nadador con parálisis cerebral con mejores resultados del mundo

– He participado en seis Juegos Paralímpicos: Barcelona 92, Atlanta 96, Sydney 2000, Atenas 2004, Beijing 2008 y Londres 2012. Entre todos estos juegos he conseguido 16 medallas; 8 oros, 6 platas y 2 bron-

LAS FRASES

Inicios en la natación

«Con la natación descubrí que me encontraba mucho mejor dentro del agua que fuera»

Récord mundial

«Sientes que has hecho algo muy importante y es un gran orgullo para ti, tu familia y tus amigos»

Juegos de Río de Janeiro

«Me gustaría ir, pero primero tengo que prepararme para el campeonato del mundo»

– También ha batido varios récords del mundo en estilo libre

– Para un deportista batir un récord del mundo es algo que te da mucha felicidad.

– ¿Qué se siente al superar una mar-

ca de carácter mundial?

– Es una satisfacción muy grande y un gran orgullo. Sientes que has hecho algo muy importante y significa mucho para ti, para tu familia y para todos tus amigos. Me gustaría seguir consiguiendo 'oros' y sé que después de tanta medalla cada vez es más complicado.

Horas de entrenamiento

– ¿Que hay detrás de cada una de estas medallas?

– Mucho entrenamiento duro. Hay mucho trabajo detrás. Puedo entrenar desde 12 horas semanales hasta de 36 horas entre piscina y el gimnasio. Todo depende de la temporada en la que me encuentre. El entrenamiento tiene que ser día a día. Mis entrenamientos son como los de cualquier nadador profesional, ocupan la mayor parte de mi tiempo, lo que me obliga a renunciar a muchas otras cosas. Normalmente, entreno seis o siete días a la semana llegando a realizar hasta 15 sesiones, 12 de piscina y de 3 a 5 sesiones en el gimnasio.

– Los próximos Juegos Paralímpicos serán en Río de Janeiro en el 2016. Seguramente, será una cita para la que ya se estará usted preparando

– Me gustaría ir a esta cita olímpica, pero primero tengo que prepararme muy bien para el campeonato de Europa y para el mundo. Hay que ir poco a poco.